

#BEACTIVE

EUROPEAN WEEK OF SPORT
23 - 30 September



27. setembro
PADRE e GAGO

Vem experimentar várias
atividades físicas e desportivas.
Jovens ativos são jovens mais
saudáveis!

EUROPEAN WEEK OF SPORT

#BEACTIVE

23 - 30 September

27. setembro

GAGO

Vem experimentar várias
atividades físicas e desportivas.
Jovens ativos são jovens mais
saudáveis!

O Dia Europeu do Desporto na EB23 Almirante Gago Coutinho



As atividades para a EBAGC serão organizadas em **3 blocos de 100 minutos** (ver págs. 2-3), sendo os alunos acompanhados pelos **docentes responsáveis pela turma durante esse período**. Os alunos realizarão uma **rotação, a cada 30 minutos**, por 3 estações desportivas.

Bloco 1 (08h00-09h40) - **5.º A, 5.º B, 5.º C, 5.º D, 5.º E, 5.º F**;

Bloco 2 (09h55-11h35) - **6.º A, 6.º B, 6.º C, 6.º D, 6.º E, 6.º F, 6.º G**;

Bloco 3 (11h50-13h30) - **7.º A, 7.º B, 8.º A, 8.º B, 9.º A, 9.º B**.

Os alunos das turmas **5.º D, 5.º E, 5.º F, 6.º A, 6.º E, 6.º F, 8.º B, 9.º A e 9.º B** podem levar **patins, skates, waveboards ou trotinetes** para a atividade Sobre Rodas.

A **dinamização das atividades** ficará a cargo dos professores de EF Ana Nogueira, Daniela Lucas, Fernando Sampayo, Patrícia Dias e Pedro Sarabando, com o apoio operacional do Grupo de Estágio de EF, dos alunos da turma do Curso Profissional - Técnico de Desporto (TD24) e dos técnicos dos nossos parceiros: Universidade Lusófona de Lisboa.

1.º Bloco 6 turmas	turmas	08h10	08h40	09h10
	5.º A	BTT (campo baixo)	Futsal (campo azul)	Judo (pavilhão)
	5.º B	Judo (pavilhão)	BTT (campo baixo)	Futsal (campo azul)
	5.º C	Futsal (campo azul)	Judo (pavilhão)	BTT (campo baixo)
	5.º D	Sobre Rodas (skate parque)	Voleibol (campo cima)	Velocidade (passagem exterior)
	5.º E	Velocidade (passagem exterior)	Sobre Rodas (skate parque)	Voleibol (campo cima)
	5.º F	Voleibol (campo cima)	Velocidade (passagem exterior)	Sobre Rodas (skate parque)

2.º Bloco 7 turmas	turmas	10h00	10h30	11h00
	6.º A	Sobre Rodas (skate parque)	Voleibol (campo cima)	Judo (pavilhão)
	6.º B	Voleibol (campo cima)	Judo (pavilhão)	BTT (campo baixo)
	6.º C	Judo (pavilhão)	BTT (campo baixo)	Velocidade (passagem exterior)
	6.º D	BTT (campo baixo)	Velocidade (passagem exterior)	Jogos Tradicionais (campo azul)
	6.º E	Jogos Tradicionais (campo azul)	Futsal (campo azul)	Sobre Rodas (skate parque)
	6.º F	Futsal (campo azul)	Sobre Rodas (skate parque)	Voleibol (campo cima)
6.º G	Velocidade (passagem exterior)	Jogos Tradicionais (campo azul)	Futsal (campo azul)	

	turmas	12h00	12h30	13h00
3.º Bloco 6 turmas	7.º A	BTT (campo baixo)	Futsal (campo azul)	Judo (pavilhão)
	7.º B	Judo (pavilhão)	BTT (campo baixo)	Futsal (campo azul)
	8.º A	Futsal (campo azul)	Judo (pavilhão)	BTT (campo baixo)
	8.º B	Sobre Rodas (skate parque)	Voleibol (campo cima)	Velocidade (passagem exterior)
	9.º A	Velocidade (passagem exterior)	Sobre Rodas (skate parque)	Voleibol (campo cima)
	9.º B	Voleibol (campo cima)	Velocidade (passagem exterior)	Sobre Rodas (skate parque)

para qualquer esclarecimento adicional, contactar o Coordenador do Desporto Escolar do AEA

gustavo.lozano@aealvalade.edu.pt

EUROPEAN WEEK OF SPORT

#BEACTIVE

23 - 30 September

Vem experimentar várias
atividades físicas e desportivas.
Jovens ativos são jovens mais
saudáveis!

27. setembro

PADRE

O Dia Europeu do Desporto na ES PADRE ANTÓNIO VIEIRA



As atividades para a ESPAV serão organizadas em **3 blocos de 100 minutos** (ver págs. 5-7), sendo os alunos acompanhados pelos **docentes responsáveis pela turma durante esse período**. Os alunos realizarão uma **rotação, a cada 30 minutos**, por 3 estações desportivas.

Bloco 1 (08h00-09h40) - **7.º 1, 7.º 2, 7.º 3, 7.º 4, 7.º 5, 10.º CSE, 10.º CT1, 10.º CT2, 10.º LH1, 10.º LH2;**

Bloco 2 (09h55-11h35) - **8.º 1, 8.º 2, 8.º 3, 8.º 4, 8.º 5, 11.º CSE, 11.º CT1, 11.º CT2, 11.º LH1, 11.º LH2;**

Bloco 3 (11h50-13h30) - **9.º 1, 9.º 2, 9.º 3, 9.º 4, 9.º 5, PI24, TC24, PI23, TC/DCG23, PI22.**

Os alunos das turmas **7.º 1, 7.º 2, 7.º 4, 8.º 1, 8.º 2, 8.º 4, 9.º 1, 9.º 2 e 9.º 4** podem levar **bicicleta** para a atividade BTT.

A **dinamização das atividades** ficará a cargo dos professores de EF Carlos Machado, Eduarda Veloso, João Mendonça, Pedro Pernadas, e Susana Abreu, com o apoio operacional dos alunos da turma do Curso Profissional - Técnico de Desporto (TD22/TD23) e dos técnicos dos nossos parceiros: Casa Pia Hockey Club; Clube de Rugby São Miguel; Coelhinhos Ravens Lisboa; Projeto Parkour nas Escolas, Universidade Lusófona de Lisboa.

1.º Bloco 10 turmas	turmas	08h10	08h40	09h10
	7.º 1	BTT (campo descoberto)	Futsal (coberto)	Hóquei em Campo (sintético)
	7.º 2	Rugby (sintético)	Parkour (entrada)	BTT (campo descoberto)
	7.º 3	Futsal (coberto)	Hóquei em Campo (sintético)	Rugby (sintético)
	7.º 4	Parkour (entrada)	BTT (campo descoberto)	Futsal (coberto)
	7.º 5	Hóquei em Campo (sintético)	Rugby (sintético)	Parkour (entrada)
	10.º CSE	Tiro com Arco (ginásio 1)	Judo (ginásio 2)	Velocidade (pistas)
	10.º CT1	Raquetas (entrada)	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)
	10.º CT2	Judo (ginásio 2)	Velocidade (pistas)	Raquetas (entrada)
	10.º LH1	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)	Judo (ginásio 2)
10.º LH2	Velocidade (pistas)	Raquetas (entrada)	Step (entrada)	

2.º Bloco 10 turmas	turmas	10h00	10h30	11h00
	8.º 1	BTT (campo descoberto)	Futsal (coberto)	Hóquei em Campo (sintético)
	8.º 2	Rugby (sintético)	Parkour (entrada)	BTT (campo descoberto)
	8.º 3	Futsal (coberto)	Hóquei em Campo (sintético)	Rugby (sintético)
	8.º 4	Parkour (entrada)	BTT (campo descoberto)	Futsal (coberto)
	8.º 5	Hóquei em Campo (sintético)	Rugby (sintético)	Parkour (entrada)
	11.º CSE	Tiro com Arco (ginásio 1)	Fitness (ginásio 2)	Velocidade (pistas)
	11.º CT1	Raquetas (entrada)	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)
	11.º CT2	Fitness (ginásio 2)	Velocidade (pistas)	Raquetas (entrada)
	11.º LH1	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)	Fitness (ginásio 2)
11.º LH2	Velocidade (pistas)	Raquetas (entrada)	Step (entrada)	

3.º Bloco 10 turmas	turmas	12h00	12h30	13h00
	9.º 1	BTT (campo descoberto)	Futsal (coberto)	Hóquei em Campo (sintético)
	9.º 2	Rugby (sintético)	Parkour (entrada)	BTT (campo descoberto)
	9.º 3	Futsal (coberto)	Hóquei em Campo (sintético)	Rugby (sintético)
	9.º 4	Parkour (entrada)	BTT (campo descoberto)	Futsal (coberto)
	9.º 5	Hóquei em Campo (sintético)	Rugby (sintético)	Parkour (entrada)
	PI 24	Tiro com Arco (ginásio 1)	Fitness (ginásio 2)	Velocidade (pistas)
	TC 24	Raquetas (entrada)	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)
	PI 23	Fitness (ginásio 2)	Velocidade (pistas)	Raquetas (entrada)
	TC/DCG 23	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)	Fitness (ginásio 2)
PI 22	Velocidade (pistas)	Raquetas (entrada)	Step (entrada)	

para qualquer esclarecimento adicional, contactar o Coordenador do Desporto Escolar do AEA

gustavo.lozano@aealvalade.edu.pt



EUROPEAN WEEK OF SPORT

#BEACTIVE

23 - 30 September

27. setembro PADRE e GAGO

Vem experimentar várias
atividades físicas e desportivas.
Jovens ativos são jovens mais
saudáveis!